

BAB 5

SARAN DAN KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian menurut *Nordic Body Map* (NBM), *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaires* (CMDQ), *Workplace Ergonomic Risk Assessment* (WERA) dan *Job Strain Index* (JSI) yang sudah dijalankan menghasilkan simpulan penelitian yaitu :

1. Berdasarkan hasil dari pengukuran suhu ruangan di siang hari dibagi menjadi 5 titik pada waktu yang berbeda dan beberapa dilakukan ketika proses produksi. Hasil pengukuran menunjukkan rata-rata pada area pengaduk ragi kedelai 30.6°C, area pelubangan plastik 30.6°C, area pemotongan tempe 32.4°C, area penggorengan 33.3°C dan area pengemasan 33.3°C dan dari hasil pengukuran kelembaban ruangan di siang hari dibagi menjadi 5 titik pada waktu yang berbeda dan beberapa dilakukan ketika proses produksi. Hasil pengukuran menunjukkan rata-rata pada area pengaduk ragi kedelai 69%, area pelubangan plastik 70%, area pemotongan tempe 68%, area penggorengan 66% dan area pengemasan 68%.
2. Hasil rekapitulasi dari metode tersebut dan menunjukkan bahwa pekerja bagian pelubangan plastik, nilainya lebih tinggi dibandingkan pekerja yang lain. Skor akhir yang pekerja pelubangan plastik yaitu pada nilai NBM bahwa pekerja perlu cepat diperbaiki, nilai CMDQ bahwa terdapat sebagian besar pekerja merasa kesakitan pada tubuh, nilai WERA perlu dilakukan perubahan dan JSI masuk dalam kategori bahaya.
3. Usulan dilakukannya perbaikan dalam mengurangi keluhan *musculoskeletal* pada pekerja bagian pelubangan plastik yaitu berupa alat pelubangan plastik yang telah diukur sesuai dengan data antropometri. Dengan ukuran alat pelubangan plastik yaitu Panjang 41,56 cm, tinggi 28 cm dan besar handle 4,8 cm.

4. Hasil perbandingan antara *Nordic Body Map* (NBM), *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaires* (CMDQ), *Workplace Ergonomic Risk Assessment* (WERA) dan *Job Strain Index* (JSI) sebelum dan sesudah perbaikan menunjukkan penurunan keluhan dan tingkat risiko yang pekerja alami mencapai 42,6% pada *Nordic Body Map*. Tingkat risiko yang dialami pekerja juga mengalami perbaikan yang awalnya mengalami risiko tinggi setelah menggunakan alat bantu menjadi rendah. Meskipun tingkat risiko tersebut mengalami perbaikan tak signifikan sebab jam kerjanya terbilang tinggi keluhan musculoskeletalnya turun serta meningkatnya produktivitas kerja, namun dapat mempengaruhi keluhan dan faktor risiko postur kerja pada keluhan *musculoskeletal*.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka dapat diberikan beberapa saran dan masukan yakni:

1. Perusahaan hendaknya lebih memperhatikan kondisi lingkungan agar terjaga suhu dan kelembabannya.
2. Pengisian kuesioner *Nordic Body Map*, *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaires* (CMDQ), *Workplace Ergonomic Risk Assessment* (WERA) dan *Job Strain Index* oleh pekerja mengenai keluhan otot dan beban kerja dari pekerja patut diperhatikan dengan seksama, supaya kuesionernya bisa diisi sesuai kondisinya.
3. Teruntuk penelitian berikutnya, dapat merancang alat perbaikan seperti meja dan kursi supaya ukuran serta penggunaannya menjadi tepat dan ergonomis.
4. Teruntuk karyawan, supaya memerhatikan postur tubuh ketika bekerja, jadi risiko keluhan sakit yang berakibat gangguan *musculoskeletal disorder* bisa diminimalisir.